

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional
Mayor de San Marcos -sede San Juan de Lurigancho

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Fiorella Mariel Mollinedo Flores

Lima-Perú

2018

Dedicatoria:

El presente trabajo de investigación lo dedico a mis padres y hermano, los cuales me brindaron su apoyo de manera incondicional durante mi etapa de formación en la carrera profesional de psicología hasta la actualidad.

Agradecimiento:

Agradezco a Dios por brindarme la oportunidad de formarme en la carrera profesional de psicología, a mis padres y hermano expresarles mi gratitud por su paciencia y apoyo, lo que me da la fortaleza para cumplir mis metas en todo aspecto de mi vida. También manifestó mi reconocimiento al Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos sede San Juan de Lurigancho por las consideraciones otorgadas para el presente trabajo de investigación.

Presentación

Señores miembros del Jurado:

En concordancia a las normas establecidas por la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N° 003-FPs y TS.-2016 Facultad de Psicología y Trabajo Social, presento ante ustedes mi investigación titulado “Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos -sede San Juan de Lurigancho”. En la modalidad de trabajo de investigación de suficiencia profesional para obtener el título profesional de licenciatura en psicología.

En tal sentido, espero que el presente estudio de investigación se le otorgue su debida aprobación.

Atentamente,

Fiorella Mariel Mollinedo Flores

ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de tablas	viii
Índice de figuras	ix
Resumen	x
Abstract	xi
Introducción	xii
 CAPÍTULO I: Planteamiento del Problema	 14
1.1. Descripción de la realidad problemática	14
1.2. Formulación del problema	15
1.3. Objetivos.	16
1.4. Justificación e importancia.	16
 CAPÍTULO II: Marco Teórico Conceptual.	 18
2.1. Antecedentes	18
2.2. Base teóricas	23
2.2.1. Definiciones conceptuales de Asertividad	23
2.2.2. Teorías relacionadas a la asertividad	24
2.2.2.1. Teoría cognitiva	24
2.2.2.2. Teoría conductual	24
2.2.2.3. Teoría de aprendizaje social	25
2.2.3. Dimensiones de la escala ADCA- 1	26
2.2.4. Los derechos asertivos	26
2.2.5. Estilos del comportamiento social	27
2.2.5.1. Agresivo	27

2.2.5.2.	Asertivo	27
2.2.5.3.	Pasivo – Agresivo	28
2.2.5.4.	Pasivo	28
2.2.6.	Características de cada tipo de conducta	28
2.2.7.	Tipos de respuestas asertivas	30
2.2.8.	La asertividad como facilitador de aprendizaje	32
2.2.9.	Técnicas de asertividad para estudiantes	32
2.2.10.	Consideraciones relevantes de la asertividad	35
CAPÍTULO III. Metodología		38
3.1.	Tipo y diseño de investigación	38
3.1.1.	Tipo y enfoque	38
3.1.2.	Diseño de la investigación	38
3.2.	Población y muestra	38
3.3.	Identificación de la variable y su operacionalización	39
3.3.1.	Operacionalización de la variable	40
3.4.	Técnicas e instrumentos de evaluación y análisis	42
3.4.1.	Técnicas	42
3.4.2.	Instrumentos	42
CAPÍTULO IV. Procesamiento, Presentación y Análisis de los Resultados		44
4.1.	Procesamiento de resultados	44
4.2.	Presentación de resultados	44
4.3.	Análisis y discusión de resultados	49

4.4. Conclusiones	51
4.5. Recomendaciones	52
CAPÍTULO V. Programa de Intervención	53
Introducción	54
5.1. Denominación del programa	
5.2. Establecimiento de objetivos	55
5.3. Justificación del programa	55
5.4. Sector al que se dirige	55
5.5. Metodología de la intervención	55
5.6. Recursos	56
5.7. Cronograma	58
Referencias	67
Anexos	72
Anexo 1. Matriz de consistencia	73
Anexo 2. Carta de presentación a la institución educativa superior	74
Anexo 3. Escala de evaluación de asertividad (ADCA-1)	75
Anexo 4. Confiabilidad y Validez	78
Anexo 5. Ficha sociodemográfica	80
Anexo 6. Evidencias	81

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la Asertividad-ADCA-1	40
Tabla 2. Medias estadísticas descriptivas de la variable de investigación	45
Tabla 3. Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la UNMSM – sede San Juan de Lurigancho.	45
Tabla 4. Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la UNMSM – sede San Juan de Lurigancho en la dimensión de auto - asertividad	46
Tabla 5. Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la UNMSM – sede San Juan de Lurigancho en la dimensión de hetero - asertividad	47

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Porcentajes de asertividad en los estudiantes de inglés	46
Figura 2. Porcentajes de la asertividad en la dimensión de auto - asertividad en los estudiantes de inglés.	47
Figura 3. Porcentajes de la asertividad en la dimensión de hetero - asertividad en estudiantes de inglés	48

RESUMEN

El presente estudio de investigación tuvo por propósito describir la variable asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos en el idioma de inglés en sus tres niveles básico, intermedio y avanzado, para lo cual se utilizó el instrumento Auto informe de conducta asertividad (ADCA-1) de García y Magaz (adaptado por Lizarra) en Lima. El presente estudio es enfoque cuantitativo - descriptivo de tipo no experimental de corte transversal.

Después de la recolección de datos se procedió analizar los resultados los cuales concluyeron que el 76% mostro tener un nivel bajo de asertividad, el 11% un nivel medio de asertividad mientras que un 13% tiene una alto nivel de asertividad. Por otro lado, en las dimensiones que constituye la prueba ADCA-1, auto asertividad se observó que el 74% presenta una nivel bajo, el 15% un nivel medio y el 11 % un nivel alto en la variable Asimismo en la dimensión de hetero asertividad se precisó que los estudiantes en el 53% mostraron un nivel bajo, como 31% que tienen un nivel medio y el 16% tiene un nivel alto.

Palabras Claves: Asertividad, interacciones sociales, estudiantes de inglés, agresivo y pasivo

ABSTRACT

The present research study had the effect of writing the variable assertiveness in the students of the Language Center of the National University of San Marcos in the English language in its three basic, intermediate and advanced levels, for which the instrument was used. Behavior assertiveness report (ADCA-1) of García y Magaz (adapted by Lizarra) in Lima. The present study is a quantitative - descriptive approach of non experimental type of cross section.

After the data collection we proceeded to analyze the results which concluded that 76% showed a low level of assertiveness, 11% a medium level of assertiveness while 13% have a high level of assertiveness. On the other hand, in the dimensions that constitute the ADCA-1 test, self-assertiveness was observed that 74% presented a low level, 15% a medium level and 11% a high level in the variable Also in the hetero dimension Assertiveness was specified that students in 53% showed a low level, such as 31% that have a medium level and 16% have a high level.

Keywords: Assertiveness, social interactions, English, aggressive and passive students

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación se considera relevante debido a que se manifiesta la variable asertividad en el ámbito educativo y la importancia de ello en el estudiante, asimismo se evalúa el desempeño que tiene la variable con el entorno social, es importante mencionar a la asertividad como la capacidad del discente para expresar sus ideas, creencias o sentimientos de manera clara, respetuosa y precisa, evitando dañar o perjudicar a terceros. Además la persona asertiva, sostiene el equilibrio entre los propios derechos y los derechos de los demás.

Dicho lo anterior se consideró como objetivo general determinar la asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos – sede San Juan de Lurigancho en el idioma inglés, para lo cual se utilizó la escala de evaluación de la asertividad ADCA – 1. Con el propósito de identificar el nivel de auto - asertividad en los estudiantes, es decir medir el grado de respeto que tiene por sí mismos. Además de .precisar el nivel de hetero - asertividad en los estudiantes, en otras palabras medir el grado de respeto que tiene el estudiante por los demás compañeros.

Después de la aplicación de la prueba y sistematización de la información recolectada, se concluye que el nivel de asertividad en estudiantes se encuentra en mayor rango entre niveles bajo y medio, por lo cual se desarrolló un programa de intervención con la única finalidad de brindar a los estudiantes estrategias y técnicas de asertividad útiles en su vida personal, profesional y estudiantil.

A continuación se muestra la organización del estudio de investigación:

En el primer capítulo la descripción de la realidad problemática se establece la formulación del problema general y específicos, los objetivos así como la justificación e importancia.

El segundo capítulo se expone el marco teórico, el cual está constituido por antecedentes nacionales como internacionales, bases teóricas y las definiciones conceptuales y dimensiones de la prueba utilizada.

El tercer capítulo refiere la metodología dentro del a cual se detalla el tipo y diseño de investigación, la población y la muestra, identificación de la variable y sus operacionalización y las técnicas e instrumentos de evaluación.

El cuarto capítulo comprende el procesamiento, la presentación y el análisis de los resultados, así como las conclusiones y las recomendaciones.

El quinto capítulo contiene el programa de intervención, denominación del programa, la justificación, los objetivos, el sector al que se dirige, la metodología de la investigación, los instrumentos, material a utilizar y el cronograma.

CAPÍTULO I.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

En el proceso continuo que afrontamos los seres humanos ante el eminente cambio de nuestra sociedad desarrollamos ciertas características asertivas que nos hace poder comunicarnos con nuestro entorno de manera eficiente y eficaz, sin embargo muchas de las poblaciones a nivel mundial carecen de asertividad. Según Tuston (2016) en México Florez y Diaz establecen que la Asertividad actúa decisivamente sobre los estudiantes.

Asimismo según Anticona (2014) en OTUPI-MINEDU (2004) presenta cifras estadísticas que el 31.3% de los adolescentes manifiestan dificultad en la asertividad lo que también determina Anticona (2014) en el MINSA(2004) que el 80% de los adolescentes muestran tener entre mediana asertividad y baja asertividad.

La asertividad es el poder hacer valer nuestros derechos para otras personas es no dejarse mangonear o también lo define como la manera de aumentar las habilidades sociales. Asimismo manifiestan que la asertividad va unida a la autoestima como vía para aumentarla (Castanyer, 2010).

El Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos sede san Juan de Lurigancho fue creado como apoyo social según nos refiere el testimonio de los profesores y la observación, por la carencia de la asertividad y las características de la población de estudiantes que son propias de uno de los distritos con mayor población siendo bajos recursos económicos, zonas consideradas peligrosas por el índice de delincuencia juvenil y donde se encuentra dos penales. Con el propósito de ayudar al distrito de San Juan de Lurigancho es que el centro de idiomas brinda la enseñanza de varios idiomas siendo inglés el que tiene más población estudiantes comprendidas entre adolescentes y jóvenes en un rango

aproximado de 789 personas las cuales varían mes a mes dependiendo de la matrícula mensual.

No obstante las cifras nos revelan las deficiencias en cuanto a la asertividad en estudiantes siendo esta de vital importancia como lo citan algunos autores para el desarrollo académico, debido a que las relaciones interpersonales como nuestro nivel de comunicación va permitir al alumno interactuar de manera adecuada o inadecuada con su entorno, siendo esta última la que puede generar conflictos en su propia apreciación de sus derechos y también en el nivel de apreciación de los derechos de los demás estudiantes.

Por ello refiere Ayvar (2016) la interacción de una persona es fortalecida por la asertividad sobre todo en las etapas de formación por debemos tratar de implementar un plan de intervención que favorezca al discente en sus habilidades sociales, la cual le va permitir defender sus pensamientos, derechos y sentimientos sin generar conflictos con sus compañeros de aprendizaje de idioma inglés.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema principal

¿Cuál es el nivel de asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos – Sede San Juan de Lurigancho?

1.2.2. Problemas secundarios

¿Cuál es el nivel hetero - asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas - inglés de la Universidad Nacional de Mayor de San Marcos - sede San Juan de Lurigancho?

¿Cuál es el nivel auto - asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas - inglés de la Universidad Nacional de Mayor de San Marcos - sede San Juan de Lurigancho?

1.3. Objetivos.

1.3.1. Objetivo general

Determinar el nivel de asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas - inglés de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos – sede San Juan de Lurigancho.

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar el nivel auto - asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas - inglés de la Universidad Nacional de Mayor de San Marcos - sede San Juan de Lurigancho.

Precisar el nivel hetero - asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas - inglés de la Universidad Nacional de Mayor de San Marcos - sede San Juan de Lurigancho.

1.4. Justificación e importancia.

Habiendo muy pocos temas de investigación de la asertividad en estudiantes es pertinente la ejecución del presente trabajo de investigación por que analiza una población de discentes comprendidos entre adolescente y jóvenes ubicados en un distrito de bajos recursos económicos donde las tasas de delincuencia juvenil elevadas y dándole de esta manera la importancia al presente estudio para que se evalúe a la población antes mencionada y así poder innovar con un plan de intervención sobre el uso y beneficios de la asertividad.

Según Reolid y Garcias (2014-2015) la asertividad es importante debido a que es el adecuado manejo de las habilidades sociales que agilizará las interacciones sociales logrando así, que estas sean satisfactorias, elevando la capacidad de solucionar problemas y reduciendo la manifestación de conflictos, situaciones de estrés o ansiedad.

A través del presente trabajo se buscó aportar a nuestra sociedad describiendo los beneficios del uso de una adecuada herramienta de interrelación como viene hacer la asertividad en los estudiantes del Centro de

Idiomas - inglés de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Debido a que ello permitirá la mejora de sus habilidades sociales lo cual es muy importante como manifiestan algunos autores para su desempeño familiar, social y estudiantil.

CAPÍTULO II.

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Rodríguez y Garibay (2014) en su investigación de medición de la asertividad en estudiantes de administración de la FESC-UNAM - México. Su objetivo fue evaluar el nivel de asertividad de los discentes de 4º semestre de la carrera de administración del semestre 2013-II. Los autores refieren la asertividad como la competencia de las personas para darse a respetar sus derechos, manifestando sus afectos, aspiraciones y creencias de forma franca, integra de manera oportuna y valorando los derechos de las demás personas. Este estudio fue desarrollado en una población de 536 estudiantes en una muestra aleatoria de 50 estudiantes de administración de ambos sexos, para lo cual se utilizó el instrumento de escala multidimensional de asertividad.

Según lo manifestado en la investigación llegaron a la conclusión que los pupilos no tienen una conducta asertiva. En el caso de los varones y las mujeres aunque no existe una diferencia significativa en cuanto al uso de la asertividad se infirió que estudiantes del sexo masculino encuentran en uso de los medios tecnológicos la manera más fácil de expresar sus emociones y pensamientos a diferencia del sexo femenino que mostraron ser más asertivas.

Gutiérrez y Exposito (2015) investigaron sobre autoconcepto, dificultades interpersonales, habilidades sociales y conductas asertivas en adolescentes – España. El objetivo del estudio fue realizar un análisis sobre déficits formativos de inteligencia emocional, en su componente de habilidades sociales, en estudiantes de PCPI. Y diseñar, implementar y evaluar un Programa de intervención para el desarrollo de las habilidades sociales y conceptos afines en este tipo de alumnado. Consideran de vital importancia las habilidades sociales, autoconcepto y otros términos que

se encuentren en estrecha relacionados con el desarrollo interpersonal y académico de alumnado.

Para la ejecución de la investigación se empleó el diseño cuasi experimental, su muestra poblacional intencional fueron 142 estudiantes de siete instituciones educativas asimismo para la evaluación se utilizó cuatro cuestionarios: La Forma 5 de auto concepto/AF5 de García y Musitu (2001), el CEDIA de la versión de Inglés Saura, Méndez e Hidalgo (2000), la Escala de Habilidades Sociales/EHS de Gismero (2000) y el Auto-informe de Conducta Asertiva/ADCA de García Pérez y Magaz Lago (1994) la que se encuentra comprendida de dos sub escalas hetero - asertividad (HA) que viene hacer el respeto por las ideas que tienen por los demás y auto - asertividad (AA) que viene hacer el respeto de las ideas que se tiene de uno mismo.

De esta manera los autores antes mencionados llegaron a la conclusión que los discente varones mostraron más asertividad a diferencia de estudiantes mujeres, asimismo ellos afirman que las habilidades sociales son importantes para el desarrollo en un ambiente educativo. También es importante mencionar que el cuestionario CEDIA a diferencia de los demás cuestionarios revela que tienen facilidad y un nivel alto de seguridad. No obstante la facilidad no es fundamentada por las destrezas sociales sino por una actitud poco reflexiva de las palabras. Siendo este el motivo por el cual obtuvieron puntuaciones bajas los otros tres cuestionarios. Tuston (2016) en su estudio de la comunicación familiar y la asertividad de los adolescentes de noveno y décimo año de educación básica del Instituto Tecnológico agropecuario Benjamín Araujo del Cantón Patate- Ecuador. Su objetivo fue establecer la relación que existe entre la comunicación familiar y la asertividad de los adolescentes de noveno y décimo año de Educación Básica del Instituto.

Para Tuston la asertividad es como una porción dentro de las habilidades sociales, por consiguiente refiere que la asertividad tiene la finalidad de agrupar conductas y pensamientos que utilizará para

defender los derechos de cada persona sin atacar ni ser atacado. Esta investigación se empleó en una población de 95 estudiantes de ambos sexos en edades comprendidas de 12 a 18 años, el instrumento que utilizaron fue la escala de asertividad de Rathus y Escala de Comunicación Padres-Adolescente.

Asimismo, llegaron a la conclusión que el 55.7 % de los adolescentes muestran tener un nivel bajo de asertividad no obstante, también cabe mencionar que sí son asertivo para relacionarse con su medio social, aunque ocasione dificultades para sí mismo y para su entorno.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Lizárraga (2011) desarrolló una investigación sobre el nivel de asertividad en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, cuyo objetivo fue determinar el nivel de asertividad en estudiantes de la población. El método utilizado fue método descriptivo – corte transversal.

Para la realización de trabajo se utilizó una muestra probabilística de 124 estudiantes de enfermería de ambos sexos, la cual se dio a través de un muestreo aleatorio estratificado por afijación proporcional. Para la evaluación se utilizó el instrumento ADCA-1.

Después de la ejecución del análisis llegaron a la conclusión que el nivel medio como nivel bajo de asertividad sumados hacen la mayor parte del total evidenciando la falta de esta variable en la población. No obstante queda un precedente en la muestra de persona que tienen un nivel de asertividad alto.

Gonzáles (2014) realizó un estudio sobre relación de la conducta asertiva con autoestima en estudiantes adolescentes de la institución educativa particular adventista Amazonas, Iquitos. Su objetivo es determinar la relación de la conducta asertiva con la autoestima en estudiantes adolescentes de la institución educativa.

Esta investigación tuvo de muestra 142 estudiantes correspondientes del 1er. al 5to. año del nivel secundario siendo esta una muestra de tipo probabilística estratificada y diseño de tipo correlacional. Para la evaluación se utilizaron los instrumentos de la escala de evaluación de la asertividad - Auto informe de Conducta Asertiva (ADCA - 1) y el inventario de autoestima versión jóvenes de Stanley Coopersmith (1967).

Llegando a la conclusión que los estudiantes mostraron tener una mayor conducta asertiva; sin embargo, ello influye en el crecimiento de su autoestima obteniendo un nivel bajo.

Chong (2015) investigó sobre el Clima social familiar y asertividad en estudiantes secundarios del distrito de la Esperanza - Trujillo. Su objetivo fue determinar si existe correlación significativa entre el clima social familiar y la asertividad en estudiantes secundarios, La cual fue realizada a una población comprendida en 434 estudiantes de ambos sexos, se efectuó mediante diseño descriptivo – correlacional de muestreo probabilístico aleatorio simple estratificado para la selección de la muestra fueron 183 estudiantes de ambos géneros femenino y masculino. Para lo cual se emplearon los instrumentos de la escala de evaluación de asertividad (ADCA - 1) y la escala del Clima Social Familiar (F.E.S.).

Posteriormente concluyeron que hay correlación entre la asertividad y el clima familiar en los estudiantes, además es importante mencionar que la asertividad en sus sub escala de auto - asertividad como hetero - asertividad ubica a la muestra en un rango medio. Es decir que la muestra sabe manifestar sus sentimientos, opiniones respetando a su entorno social y haciéndose respetar.

Bermudez y Ccancce (2016) investigaron los rasgos de personalidad y asertividad en los estudiantes del 1er y 2do año de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima-este, 2015. Su objetivo fue determinar si existe relación entre los rasgos de personalidad y la asertividad en los estudiantes. La muestra se constituyó en 210

discente en edades comprendidas entre 16 a 25 años bajo el muestreo no probabilístico y se empleó el diseño descriptivo - correlacional y de corte transversal asimismo se utilizaron los instrumentos de escala de evaluación de la asertividad (ADCA-1) y el Inventario de la personalidad de NEO FFI.

Los autores antes mencionados concluyeron que los estudiantes varones son menos asertivos que las estudiantes mujeres sin embargo queda establecido que la mayoría de estudiantes que comprendió la muestra aún se encuentra en proceso de formación para hacer respetar sus derechos y respetar la opiniones de los demás.

Mathews (2017) en su estudio sobre asertividad y valores interpersonales en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa nacional del distrito de Tambo Grande – Piura. Su objetivo fue analizar la relación entre la asertividad y los valores interpersonales en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa, para ello empleó el diseño de tipo descriptivo – correlacional en una población de 444 estudiantes para lo cual se seleccionó una muestra de 206 discente comprendido de varones y mujeres en edades de 15 – 17 años del 4to y 5to año de secundaria. Para la investigación se utilizaron los instrumentos Autoinforme de conducta asertiva (ADCA -1) y el Cuestionario de Valores Interpersonales (SIV).

Según el estudio realizado llegaron a la conclusión que los estudiantes del 4to y 5to año de secundaria según la muestra tiene un nivel de asertividad medio en las dimensiones de hetero - asertividad y auto - asertividad.

2.2. Base teóricas

A fin de comprender la variable se ha considerado precisar teorías que nos ayudará a entender la asertividad en estudiantes de manera concisa y clara.

2.2.1. Definiciones conceptuales de Asertividad

Riso (2011) afirma que la asertividad ocurre cuando la persona tiene la capacidad de ejercer y defender sus derechos personales, así como para expresar su opinión cuando no está de acuerdo, demostrando que no tiene una postura ni sumisa ni agresiva. Es decir que la asertividad es la manera moderada para alcanzar metas con la actitud de autorrespetarse y respetar al entorno.

García y Magaz (2011), afirma que la asertividad son las habilidades sociales con las cuales daremos una respuesta con la finalidad de establecer, mantener y terminar de manera conveniente las interacciones sociales para uno mismo y para los demás.

Brites (2012) refiere que la asertividad proviene del latín assertus que significa, afirmación de la certeza de una cosa, en otras palabras se vincula con la firmeza, el acierto y la veracidad. Según lo que manifiesta los autores la variable asertividad es acuñado por Salter en la década cuarenta después por Wolpe a finales de la década de los cincuenta, el teórico siguió explorando el tema y fue el primero en nombrarlo “conducta asertiva”. La cual años más tarde sería denominada como entrenamiento asertivo.

Dicho lo anterior, para los autores la asertividad es el método de comunicación que empleamos para manifestar firme y adecuadamente lo que pensamos con la confianza y el respeto que sentimos por nosotros mismos y también hacia los demás.

2.2.2. Teorías relacionadas a la asertividad

En esta sección se especificará y ampliará la información que fundamenta la variable asertividad.

2.2.2.1. Teoría cognitiva

Swenson (Como citó Gonzáles 2015) el enfoque cognitivo se refiere al comportamiento asertivo estableciendo su origen en las estructuras mentales de las personas como son sus creencias sobre sí misma y sobre su interacción con su entorno. Asimismo en este enfoque se valoriza la percepción si es de manera positiva, tendrá la capacidad para respetar al entorno y así es probable que actuará de manera asertiva el individuo, caso contrario tendrá la necesidad de reemplazar sus creencias distorsionadas como temores y desvalorización, por otras más adecuadas a su entorno actual.

Flores (como se citó Gaeta y Galvanovskis, 2009) Según los autores explican en este enfoque que el adiestramiento asertivo se fundamenta en cuatro pilares: enseña a diferenciar entre asertividad y agresividad, a reconocer los derechos propios y de las demás personas, asimismo a minimizar los impedimentos cognoscitivos y /o afectivos para proceder de forma asertiva hacia nosotros mismo y hacia los demás reduciendo las ideas irracionales, sentimientos de culpa y ansiedad.

2.2.2.2. Teoría conductual

Samanez y Alva (2016), menciona que según esta teoría la asertividad se va formando a través de las experiencias interpersonales que son constantes y pueden ser modificadas por un comportamiento específico siendo el propósito de este enfoque preparar para la resolución de conflictos y así desarrollar las habilidades sociales. El principal personaje es Skinner (como se citó a Samanez y Alva, 2016), quien refiere que una persona aprende

cuando responde a un estímulo. Valorando como eje principal el estímulo y la respuesta.

El psicólogo, refiere que el tipo de conducta manifestado por la persona sea pasivo, agresivo o asertivo. Depende del efecto que tenga el comportamiento ante una situación. Si las consecuencias son positivas la persona se manifestara de forma positiva sin embargo si las consecuencias son negativas este individuo buscará cambiar la conducta hasta obtener consecuencias o resultados positivos.

2.2.2.3. Teoría de aprendizaje social

Bandura (como citó Campos, 2015), el principal representante a inicio de los ochenta, este modelo refiere a la asertividad como la capacidad que tiene la persona para recibir estímulos y responder ante ellos, es decir que refleja el rol individual y al rol con quien se involucra.

El aprendizaje social se basa en la transmisión cultural mejor dicho, son las habilidades que hemos adquirido por algún miembro de nuestro entorno, que más tarde serán transmitidas a otras personas, sin la necesidad que cada uno las adquiera por experiencia propia. Varios teóricos de este tema consideran que el aprendizaje de este tipo es característica única de los seres humanos.

Bandura (como se citó Samanez y Alva, 2016), afirma que las personas no nacen con las conductas establecidas por el contrario en el transcurso de la vida va adquiriendo de forma directa o indirectas conductas, es decir que las conductas que el individuo desarrolla a lo largo de su vida son aprendidas y esto va depender en gran medida del entorno social en que se haya desarrollo, por tanto las conductas tanto pasivas, agresivas como asertivas son dinámicos porque son aprendidas de las interacciones sociales.

2.2.3. Dimensiones de la escala ADCA- 1

La escala de evaluación asertiva o auto – informe de conducta asertiva ADCA- 1 realizada por Manuel García Pérez y Angela Magaz Lago (2011). Se encuentra constituido por dos dimensiones las cuales son:

La auto - asertividad (AA) viene hacer el grado de respeto que puedes tener por ti mismo. Es decir es la expresión sincera y cordial de nuestros propios sentimientos, intereses, valores, gustos y preferencias.

La hetero - asertividad (HA) es la consideración que una persona puede tener por su entorno respetando los derechos asertivos básicos. Es decir es el comportamiento respetuoso, sincero y cordial por los pensamientos y sentimientos del entorno social.

2.2.4. Los derechos asertivos

Son esenciales porque nos ayuda a reconocer y actuar asertivamente. Para Sosa (2011) refiere que la asertividad se va dar en la misma medida que la persona se fortalezca y aprenda a respetarse así mismo para respetar a los demás, para lo cual se debe hacer uso de los derechos asertivos.

Después Riso (2013) manifiesta la vitalidad de tener un listado de derechos asertivos el cual también está sujeto a ser modificado de acuerdo a nuestras experiencias favorables o desfavorables.

Algunos derechos asertivos según García y Magaz (2003):

- Derecho a proceder de forma diferente o también como el entorno lo espera.
- Derecho a no hacer las cosas perfectamente
- Derecho al error
- Derecho a tener pensamientos propios y distintos

- Derecho modificar mi opinión
- Derecho a reconocer y rehusar las críticas o reclamos
- Derecho a dar prioridad de las cosas
- Derecho a desconocer algo.
- Derecho a no comprender algo.
- Derecho a interrogar o cuestionar.
- Derecho pedir algo
- Derecho a negar una petición
- Derecho manifestar mi sentir
- Derecho a halagar y recibir halagos.

2.2.5. Estilos del comportamiento social

Para García y Magaz (Rodríguez y Romero, 2011) de acuerdo con ellos el comportamiento social en los niveles de auto - asertividad y hetero - asertividad, los sujetos se caracterizan por cuatro estilos de interacción social los cuales son pasivo, agresivos, asertivo y pasivo- agresivo

2.2.5.1. Agresivo

Anticona (2014) menciona que este estilo de interacción es caracterizado por tener un alto nivel de auto - asertividad y bajo nivel de hetero - asertividad. Característica de las personas que se creen autosuficiente y desvalorizan a su entorno social.

2.2.5.2. Asertivo

Anticona (2014) refiere a este estilo como la interacción social caracterizada por equilibrar los niveles medio o alto entre las variables de auto - asertividad y hetero - asertividad. Ello se evidencia en individuos seguros de sí mismos, con una adecuada autoestima y que saben valorarse así mismos y también a los

demás, ganándose el respeto y consideración de su entorno social.

2.2.5.3. Pasivo – Agresivo

García y Magaz (2011) precisa que este estilo de interacción social se demuestra en un bajo nivel de Auto - asertivo y hetero - asertivo. Siendo esto frecuente en personas, con bajo nivel de autoestima que no son capaces de merecer el respeto y consideración de los demás y tampoco se respetan asimismo. Por ello tienden a acumular ira por las experiencias frustrantes a nivel personal y agresión recibida por su entorno.

2.2.5.4. Pasivo

Anticona (2014) manifiesta a este estilo como la interacción social caracterizada por tener un alto nivel de hetero - asertividad y un bajo nivel de auto - asertividad. Esto es propio de los sujetos inseguros, con bajo nivel de autoestima, que no se creen capaz de conseguir o merecer el respeto de su entorno social, pero estos sujetos si respetan a las demás personas.

Matos (2014) refiere que la persona pasiva su prioridad es calmar a las demás personas y de esta manera evitar cualquier tipo de conflicto, es decir busca satisfacer a toda costa inclusive se transgrede asimismo con tal de complacer las necesidades de los demás.

2.2.6. Características de cada tipo de conducta

Para Brites (2012) y Roca (2014) se dividen en tres tipos de conducta, las cuales se menciona a continuación:

Características de conducta pasiva:

- Suele pensar y actuar de la siguiente manera: tu ganas – yo pierdo
- Tiende a evitar cualquier situación de conflicto
- Se inhibe o si se atreve a hablar lo hace en voz baja.

- Obedece la opinión de los demás y no manifiesta la suya.
- Suele bajar la mirada.
- Su expresión facial es de miedo o tristeza.
- No hace respetar sus derechos.
- Su postura es encorvada.
- Demuestra falta de confianza en sí mismo.
- Se culpa y disculpa por cualquier cosa.
- No realiza críticas
- Pospone el tomar alguna decisión.

Características de la persona Agresiva:

- Suele pensar y actuar de la siguiente manera: yo gano – tu pierdes
- Tiene a reaccionar ante cualquier cosa.
- Alza la voz casi siempre gritando.
- Se suele imponer ante los demás.
- Te observa fijamente en una postura amenazante.
- Suele exagerar sus emociones.
- Se pone tenso
- Impone sus derechos sin importarles los demás.
- Su postura es exagerada, saca el pecho, puños apretados queriendo mostrar su superioridad.
- Demuestra exceso de confianza.
- No acepta su responsabilidad, tiende a responsabilizar a otros.

- Tiene críticas negativas.
- Toma decisiones de manera precipitada.

Características de la persona asertiva:

- Suele pensar y actuar de la siguiente manera: Yo gano – tu gana
- Tiende a responder y actuar de manera equilibrada.
- Muestra seguridad y tranquilidad durante el dialogo.
- Manifiesta su propia opinión respetando la opiniones de los demás aunque no sea acorde a la suya
- Suele mirarte con seguridad y tranquilidad.
- Manifiesta sus sentimientos de manera autentica.
- Expresión facial refleja tranquilidad
- Hace respetar sus derechos de manera adecuada.
- Tiene una postura erguida.
- Demuestra confianza en si mismo.
- Hace críticas constructivas.
- Espera el momento oportuno para decidir.

2.2.7. Tipos de respuestas asertivas

Para investigadores entendidos en el tema de la asertividad, han logrado discernir las diferentes tipos de respuestas asertivas que puedes emplear, es por ellos que se mencionará las más relevantes.

Para Valadez (2002) estructura las respuestas asertivas de siguiente manera:

a.-Aserción básica:

Es dar a conocer de forma sencilla, claro y preciso lo que opinamos, es decir no dejar que se nos desvalore nuestras opiniones, por ende debemos hacer uso de la defensa de nuestros derechos. Lógicamente esto se realizará sin llegar a manifestarnos agresivos.

b.-Aserción empática

Se establece este tipo de respuestas considerando las opinión del otro, como refiere el termino empatía es la capacidad de ponerse en el lugar del otro.

Consiste en escuchar la opinión y sus argumentos de la otra persona, con el propósito que este individuo no se sienta desvalorizado, para después poder expresar nuestra propia opinión.

c.-Asertividad escalonada

Consiste en intensificar gradualmente nuestra postura, con paciencia y tolerancia frente a la otra persona que no está de acuerdo, sin embargo si durante este proceso no se lleva a cabo el respeto por nuestra opinión, se procederá a negociar y conciliar ambas partes hasta llegar a un acuerdo en donde se respeta la opinión de ambos.

d.-Aserción de confrontación

Se hace uso de este tipo de respuestas cuando las persona se expresa diferente a lo que actúa volviéndose de esta manera contradictorio, es en este momento cuando se clarifica los hechos, para evitar posteriormente una posible confrontación.

e.-Asertividad subjetiva

En este tipo de respuestas nos otorga la posibilidad de expresar sentimientos negativos, sin tener la necesidad de vernos agresivos y también evitando que la otra persona se sienta herida. Por ende será

necesario decir de manera clara y directa lo que sentimos que nos provoca sus afirmaciones.

2.2.8. La asertividad como facilitador de aprendizaje

Ministerios de educación (MINEDU, 2013) refiere que el manejo de conflictos de forma serena colabora con el potencial del educando debido a que desarrolla en él lo siguiente:

- La creatividad para plantear soluciones que sean benéficas para todos.
- La competencia para observar una situación desde diferentes puntos de vista.
- La capacidad de valorar las diferencias y tener mejor tolerancia.
- El desarrollo de habilidades sociales
- El control de impulsos y emociones
- El saber utilizar los diferentes medios para dar sus quejas.
- El respeto y atesorar sus relaciones interpersonales.

2.2.9. Técnicas de asertividad para estudiantes

Fernández y Triana (2009), El entrenamiento en técnicas para la asertividad es importante porque ayudará a defender la opinión del educando sin invadir los derechos de los demás convirtiéndose en una persona con la suficiente capacidad para tener respuestas asertivas sin recurrir a la agresión ni tampoco inhibirse en otras palabras sin dejarse atropellar los propios derechos.

Para los autores en los últimos años se ha trabajado diferentes técnicas para el desarrollo de la asertividad en estudiantes, no obstante para Peklaj y Vodopivec (como citó en Fernández y Triana, 2009b) se puede dividir en cuatro niveles la integración de la asertividad:

1.-Cognitivos

Quedó evidenciado que puede obtener mejores resultados que el trabajo en equipo o de manera individual

2.-Metacognitivos

Debido a la interacción de trabajar en equipos, favorece el aprendizaje de estrategias de autorregulación que permitirá en los estudiantes defender sus posturas y resolver situaciones de conflictos entre ellos.

3.-Afectivos

Porque la colaboración del trabajo en equipo en la situación de aprendizaje, logra disminuir los sentimientos de frustración y ansiedad, esto conlleva a fortalecer la autoestima de los dicentes y motivación para el aprendizaje.

4.- Sociales

Esta técnica es conocida por ser eficaz para mejorar las interacciones sociales. Además de buscar la integración de los estudiantes con habilidades diferentes y el desarrollo de Competencias sociales.

No obstante otros autores como Brites (2012) han brindado herramientas facilitadoras de la conducta asertiva. Las cuales se mencionará a continuación:

a.-Disco rayado

Tiene como fundamento el repetir constantemente el propio punto de vista, con calma, sin discutir, en ocasiones podemos darle la razón, sin alejarnos de las ideas iniciales. El mantener las ideas iniciales evita caer en trampas de manipulación.

b.- Banco de niebla

Consiste en aceptar con tranquilidad las críticas admitiendo, que existe parte de verdad. No obstante no implica desistir de nuestra postura ni tampoco que entremos en discusiones. Es decir, es aprender a aceptar nuestros errores y también los errores ajenos.

c.- Aplazamiento

Se fundamenta en la capacidad de las personas para responder ante una crítica solo cuando se sienta lo suficientemente tranquilo, o sea es tomarse el tiempo necesario para responder y no hacerlo de manera inmediata.

d.- Aceptación negativa

Consiste en aceptar nuestros propios errores sin buscar excusas, tampoco generar sentimientos de culpabilidad o auto lastimarnos, Dicho de otra manera es comprender que nos equivocamos y ser tolerante ante nuestros errores.

e.- Aceptación positiva

Se fundamenta en la capacidad de las personas en aceptar elogios, sin llegar a desarrollar comportamientos soberbios, en otras palabras es tener una autoestima realista.

f.- Interrogación

Consiste en auto realizarnos preguntas sobre situaciones que nos preocupa, para diseñar una respuesta asertiva.

g.- Compromiso

Se trata de cumplir con algún acuerdo oficial realizado con otra persona, esto se realizará con la salvedad de no generarnos ningún perjuicio. Mejor dicho, es no generar compromisos cuando estemos alterados.

h.- Libre información

Significa desarrollar las habilidades sociales con el propósito de conocer a los demás personas y en nosotros generar la capacidad de escuchar activamente la información.

i.- Técnicas para procesar el cambio

Consiste es distanciarnos del centro de discusión para verlo desde afuera y de esta manera observar la situación de forma objetiva.

j.- Técnicas del acuerdo asertivo

Es la capacidad de poder generar acuerdos a pesar de las diferencias respetando los sentimientos, costumbres y pensamientos de las otras personas.

k.- Técnicas de la pregunta asertiva

Consiste en realizar las preguntas necesarias para recibir la información. Es decir evaluar si las preguntas a realizarse puede ser o generar mal entendidos.

l.- Autorrevelación

Se trata de expresarnos de manera clara y precisa de cómo queremos ser tratados, en otras palabras es tener más confianza en sí mismo y no esperar la aprobación de tu entorno.

m.- Compromiso viable

Consiste en llegar a concertar con el propósito del beneficio mutuo donde ambas partes tiene un fin en común.

2.2.10. Consideraciones relevantes de la asertividad

La asertividad tiene consideraciones relevantes para la salud mental, debido a que si no es tratada con el mérito respectivo puede desencadenar en problemas de amor propio, dignidad, libertad

emocional y las relaciones interpersonales.

Para Risso (2002) la asertividad te brinda fortalezas y te concede el poder, como lo explica en sus cuatro apartados, los cuales a continuación se describirá:

1) La asertividad fortalece el amor propio y la dignidad

La asertividad nos ayuda a mejorar en diferentes aspectos personales, sin embargo es primordial mencionar que para hacer uso de la asertividad, debemos conocernos nosotros mismos es decir, aprender a querernos, valorarnos y esto mostrarlo a nuestro entorno.

Haciendo de esta manera, respetar nuestros derechos y no permitir en ninguna forma que sean impugnada nuestra dignidad como seres humanos. En otras palabras, es la capacidad de toma de decisiones, de otorgarnos el valor que merecemos, no obstante lograremos llegar a esta premisa solo cuando superemos sentimientos de miedo y culpa y nos autoricemos a ser asertivos con nosotros mismo.

2) La asertividad permite un mejor el equilibrio y nos hace más seguros

La asertividad nos devuelve la confianza en nosotros mismos, al demostrar que fuimos capaces de expresar nuestros sentimientos, creencias y opiniones frente a nuestro entorno social. De esta manera se le otorga a la persona la seguridad y la fortaleza, lo que le genera la independencia en su desarrollo personal.

3) La asertividad facilita la libertad emocional y el autoconocimiento

En este apartado refiere que la persona desarrolla la capacidad para auto observarse y realizar una comparación con su entorno, pudiendo comprender que toda causa tiene un efecto, en otras palabras que cada acción y traerá consigo una reacción. Además se precisa la relevancia que tiene la inteligencia emocional y la

asertividad para poder gozar de la vida.

4) La asertividad ayuda a resolver conflictos y mejorar la comunicación

En esta última premisa se da énfasis a la comunicación directa y clara, es decir, la sinceridad, la autenticidad, y lo relevante de entrenarnos en las habilidades de la comunicación, debido que sino emitimos correctamente un mensaje la información no se interpretará adecuadamente, y el receptor no comprenderá el propósito del emisor. Perjudicando de esta forma las relaciones interpersonales, es por ello que para el buen uso de la comunicación es primordial la asertividad.

CAPÍTULO III.

METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo y enfoque

La presente investigación es de enfoque cuantitativo – descriptivo debido que se siguió proceso secuencial utilizando la recolección de datos y se empleó métodos estadísticos, para el análisis y procesamiento de la información recolectada. Hernández, Fernández, y Baptista (2010).

3.1.2. Diseño de la investigación

Según los objetivos que se establecieron en el trabajo de investigación es de tipo no experimental de corte transversal o transaccional debido a que se realizó la aplicación en un solo momento en el tiempo. Hernández et al.(2014)

3.2. Población y muestra

La población del presente trabajo de investigación fue comprendida por 789 estudiantes de inglés del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos- sede San Juan de Lurigancho en el mes de octubre del año 2017, conformada por discentes de ambos sexos, en edades comprendidas de mayores a dieciséis años, en los niveles: básico, intermedio y avanzado del idioma inglés.

La muestra estuvo comprendida en 257 estudiantes, debido a que el tipo de muestra fue probabilístico aleatorio simple, con la que se procedió a realizar los cálculos estadísticos para hallar los resultados. Para Tafur (1995) a este tipo de muestra la denomina probabilística Aleatoria simple, debido a que todo elemento de la población tuvo la misma oportunidad para ser elegida.

Calculo de la muestra

n= tamaño de la muestra

N= población

Z= nivel de confianza

p= Variabilidad positiva o tasa de éxito

q=variabilidad negativa o tasa de fracaso

e= error de precisión

$$n = \frac{z^2 \times p \times q \times N}{e^2 \times (N-1) + z^2 \times p \times q}$$

$$n = \frac{1.96^2 \times 0.5 \times 0.5 \times 789}{0.05^2 \times (789-1) + 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n = \frac{750.043125}{2.920625} = 257$$

3.3. Identificación de la variable y su operacionalización

La asertividad en estudiantes

De acuerdo a lo mencionado en párrafos anteriores se ha descrito la asertividad en estudiantes se establece el procesamiento de la información, con respecto a las dimensiones del instrumento ADCA-1 de auto - asertividad y hetero - asertividad la cual establece a través de la operacionalización de la variable.

3.3.1. Operacionalización de la variable

Tabla 1

Operacionalización de la Asertividad-ADCA-1

Variables	Definición Teórica	Dimensiones	Indicadores	Puntuación
Asertividad	García y Magaz (1994) Refiere a la asertividad como la clase de interacciones sociales cuya peculiaridad es dar respeto por igual a las cualidades y características personales de uno mismo y de todas las personas con que se realiza la interacción.	Auto asertividad Hetero asertividad	<ul style="list-style-type: none"> –Inseguridad –Control de impulsos –Tolerancia a la frustración – Inhibir – Responsabilidad – Solidaridad 	<p>El puntaje obtenido de manera directa se consigue mediante la suma de las puntuaciones alcanzadas en los ítems</p> <p>(AA)= 1,2,3,4,5 ,6,7,8,9,10,11,12, 13,14,15,16,17,18, 19,20 (HA)=21,22,23,24, 25,26,27,28,29,30</p>

García, E.M y Magaz, A.(Adaptado por Lizárraga, C.V, 2011) .

Apreciamos en la tabla 1, se define la variable utilizada por Lizárraga en su adaptación del instrumento ADCA-1 creado originalmente por García y Magaz. Ambos divide esta prueba en dos dimensiones: auto - asertividad y hetero - asertividad. Asimismo se observa que cada dimensión está constituida por una cantidad de ítems

3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y análisis

3.4.1. Técnicas

La técnica empleada para el presente estudio de investigación fue la recoger la información de manera directa debido que se realizó de manera presencial a los estudiantes de inglés del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos – sede San Juan de Lurigancho.

3.4.2. Instrumentos

Ficha Técnica

Nombre: Escala de evaluación de la asertividad o Auto informe de conducta asertiva: ADCA-1

Autores: E. Manuel García Pérez y Angela Magaz Lago (Adaptación de Lizárraga)

Administración: Individual o Colectiva. Ello dependerá de la utilización del instrumento.

Duración: 20 minutos

Edades de aplicación: Adaptación de 16 años a más.

Propiedades: La escala de evaluación de la asertividad ADCA-1 tiene una escala de puntuación de Likert siendo un método muy usado para recolectar información. El instrumento está compuesto por 35 Ítems. Evalúa dos dimensiones auto - asertividad y hetero - asertividad.

Confiabilidad: Lizárraga (2016) refiere que las sub escalas de auto - asertividad y hetero - asertividad son confiables debido a los resultados de la sub escala de auto - asertividad, presenta una consistencia interna de Alfa de Cronbach, asciende a 0.81. Además los resultados de la sub escala de hetero - asertividad muestra una consistencia interna de Alfa de Cronbach, asciende a 0.79. Concluyendo que es confiable el instrumento de evaluación de asertividad ADCA – 1.

Para esta muestra se calculó la fiabilidad y el resultado total obtenido es de 0.80, el cual, significa que el valor de la consistencia interna es el más adecuado al encontrarse dentro de la tendencia de confiabilidad de Alfa de Cronbach.

No obstante del resultado obtenido se afirma que la asertividad de 0.80 en el rango de aceptable con tendencia a bueno y una auto – asertividad 0.67 con tendencia a aceptable. Asimismo se obtuvo una hetero – asertividad de 0.72 el cual, nos indica que el índice obtenido también se encuentra en el rango de aceptable.

Los valores obtenidos tanto de asertividad como de sus dos dimensiones se encuentran en el rango que nos presentan los valores de consistencia indicados en las recomendaciones de Alfa Cronbach, lo cual nos indica que el estudio realizado para medir las subescalas de asertividad en los estudiantes de inglés de la UNMSM es el más adecuado.(anexo4)

Validez: Lizárraga (2016) Para la validez del instrumento ADCA -1 se utilizó el método de jueces, lo cual estuvo constituido por seis expertos en el tema, los cuales otorgaron una puntuación de 1 a cada elemento de ser positivo y 0 en caso negativo, obteniendo como resultado final de los jueces ser afirmativo de forma unánime.

En tal sentido y con la finalidad de probar la validez del instrumento ADCA-1 se elaboró un análisis factorial confirmatorio, según el índice Kayser Meyer Olkin, con el cual se obtuvo una puntuación de 0.72. Índice, que señala que es apropiado al resultado obtenido, debido a que el valor se encuentra dentro del rango de 0.5 – 1. Y en el test de esfericidad de Bartlett se obtuvo la significación de 0.00. (anexo4)

Los valores indicados en el párrafo anterior nos demuestran que la prueba es la adecuada en la aplicación a los estudiantes de inglés del Centro de Idioma.

Materiales de aplicación

- Lapiz o lapicero.
- La escala ADCA – 1 en una hoja a doble cara.

CAPÍTULO IV.

PROCESAMIENTO, PRESENTACIÓN y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. Procesamiento de resultados

En el procesamiento de los resultados se emplearon los paquetes estadísticos IBM SPSS y Microsoft Excel con la finalidad de ordenar y codificar la información recolectada en una base de datos.

Para luego con el uso de las técnicas estadísticas de frecuencia, porcentaje, valor mínimo, valor máximo y media, así como analizar y describir los de los datos de la investigación.

Media aritmética:

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{n}$$

4.2. Presentación de resultados

Ahora se procede con la descripción de los resultados calculados estadísticamente para la variable, considerando diversos aspectos como son los demográficos estimados en el presente estudio de investigación la asertividad en estudiantes y sus dimensiones.

Tabla 2

Medias estadísticas descriptivas de la variable de investigación de investigación

Total		
N	Válidos	257
	Perdidos	0
Media	89.32	
Mínimo	76	
Máximo	122	

La asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas - Inglés de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos - sede San Juan de Lurigancho se observó una media aritmética de 89.32 , con lo cual tienen un nivel bajo de asertividad. Con un valor mínimo de 76 y un valor máximo de 122.

Tabla 3

Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la UNMSM – sede San Juan de Lurigancho

Total		
Tendencia	Frecuencia	Porcentaje
Bajo (76-91)	195	76%
Medio (94-107)	28	11%
Alto (109-122)	34	13%

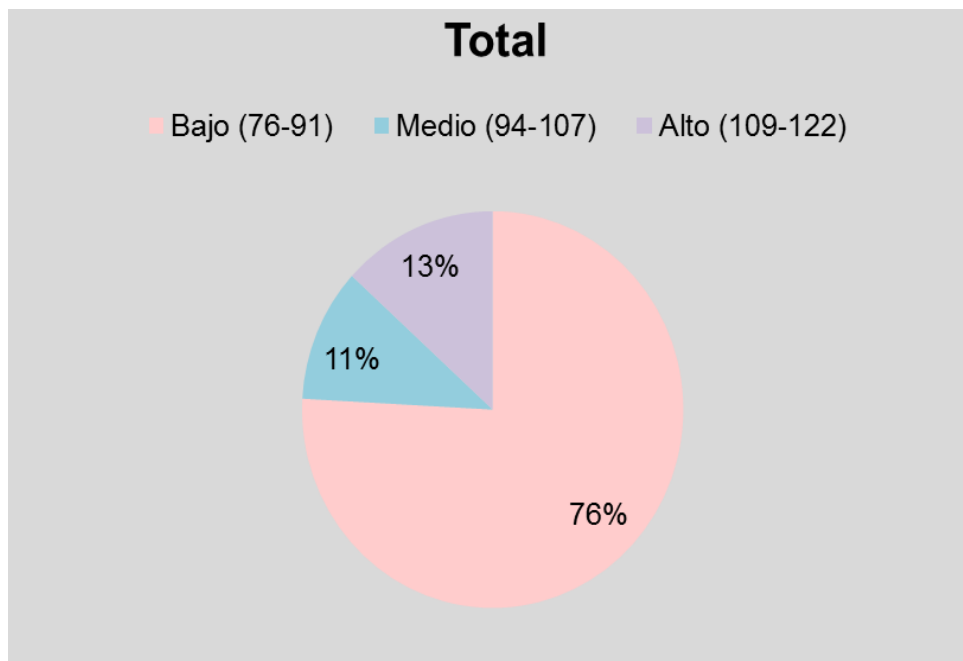


Figura1 . Porcentajes de asertividad en los estudiantes de inglés.

En la tabla 3 como en la figura 1 se determinó que la variable asertividad en estudiantes de inglés del Centro de Idiomas -sede San Juan de Lurigancho tiene el 76% un nivel bajo, seguido por un 11% un nivel medio y finalmente un 13% con un nivel alto.

Tabla 4

Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la UNMSM – sede San Juan de Lurigancho en la dimensión de auto - asertividad

Dimensión 1		
Tendencia	Frecuencia	Porcentaje
Bajo (47-55)	190	74%
Medio (56-63)	38	15%
Alto (64-71)	29	11%

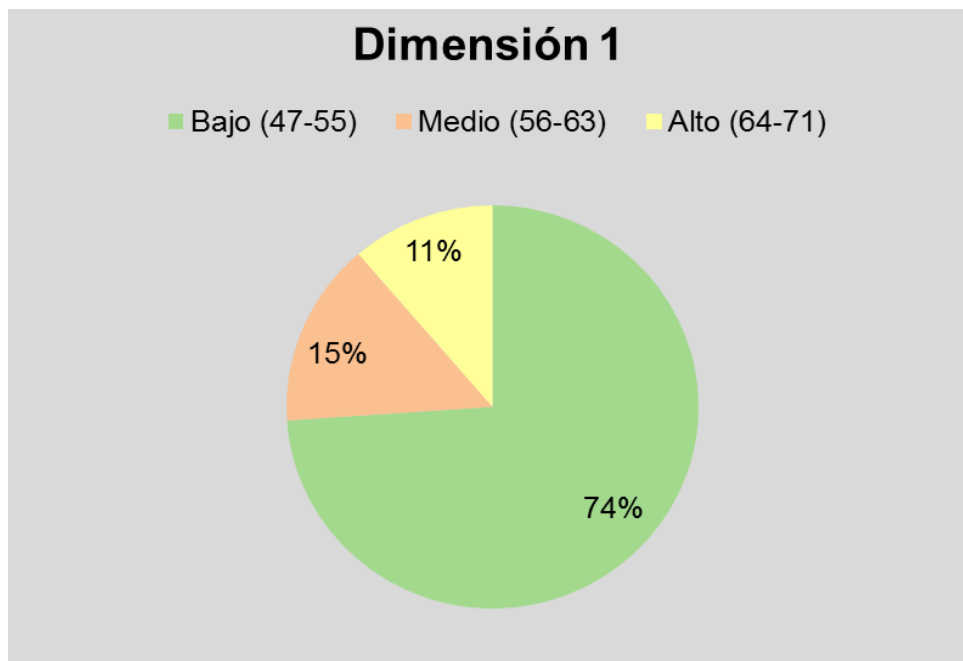


Figura2 . Porcentajes de la asertividad en la dimensión de auto - asertividad en estudiantes de inglés.

La tabla 4 como en la figura 2 Se identificó la asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la UNMSM – sede San Juan de Lurigancho, en la dimensión de auto - asertividad tienen el 74% un nivel bajo, seguido por un 15% con nivel medio y finalmente un 11% con nivel alto.

Tabla 5

Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas-Inglés de la UNMSM – sede San Juan de Lurigancho en la dimensión de hetero - asertividad

Dimensión 2

Tendencia	Frecuencia	Porcentaje
Bajo (29-36)	136	53%
Medio (37-43)	80	31%
Alto (44-51)	41	16%

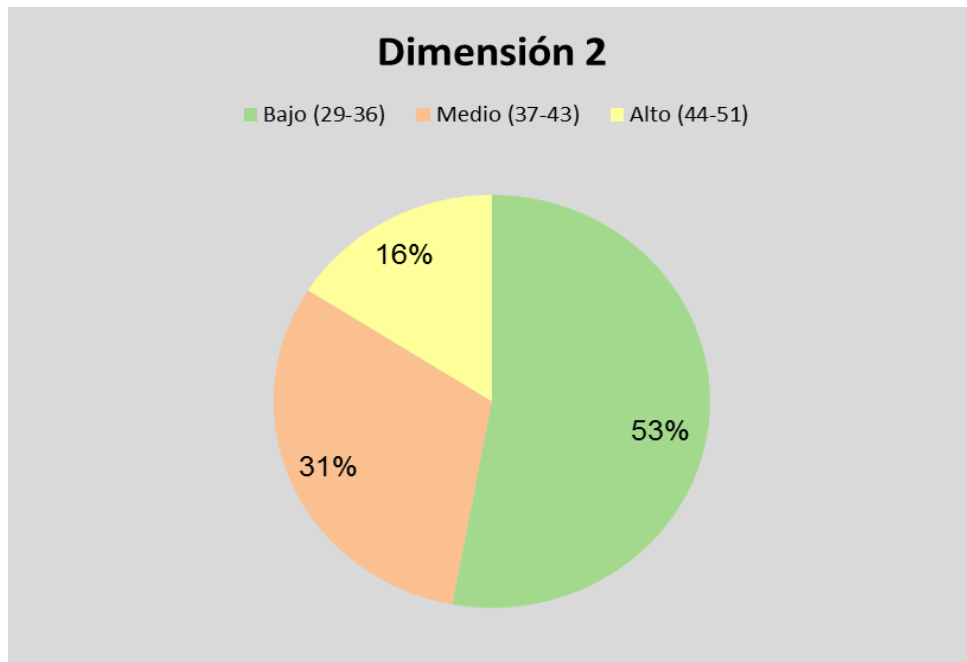


Figura3 . Porcentajes de la asertividad en la dimensión de hetero - asertividad en estudiantes de inglés.

En la tabla 5 como en la figura 3 Se precisó en la variable asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la UNMSM – sede San Juan de Lurigancho, en la dimensión de hetero - asertividad tienen el 53% un nivel bajo, seguido por un 31% con un nivel medio y finalmente un 16% tiene un nivel alto.

4.3. Análisis y discusión de resultados

En el estudio de la investigación de la variable asertividad en estudiantes se encontraron autores de otras investigaciones, los cuales contribuyeron con sus aportes en este tema (Lizárraga 2011, Chong 2015, Vargas y Vidal 2016). Como lo planteo Vargas y Vidal (2016) en su estudio, la asertividad se ubica en una situación definida, es decir una persona asertiva será aquella que tenga la capacidad de tener respeto por sus cualidades y sus propias características. Asimismo como el respeto que se debe brindar para las demás personas dentro de la interacción social.

En relación con lo antes manifestado, la propósitos del siguiente estudio fue determinar el nivel de asertividad en estudiantes de inglés del Centro de Idiomas de la UNMSM sede San Juan de Lurigancho, para lo cual se realizó un análisis de las informaciones recolectadas y procesadas debidamente en los paquetes estadísticos, los cuales resultaron en 76% de estudiantes mostraron tener un nivel de asertividad bajo, seguido por un 11% que presenta un nivel medio de asertividad y un 13% se observa tener un alto nivel de asertividad. Para Lizárraga (2011) en sus resultados de la investigación demostró que el 53 % se encuentra entre un nivel medio y bajo de asertividad y tan solo 47 % tiene un nivel de asertividad alto. Siendo la carencia de la asertividad lo predominante en la mayor cantidad de la población.

En el resultado de sus dimensiones del presente estudio se identificó en la dimensión de auto - asertividad, el 74% presenta un nivel bajo de asertividad, seguido por un 15% que presenta un nivel medio de asertividad y un 11% tiene un nivel alto de asertividad. Para Lizárraga (2011) en la dimensión de auto asertividad tiene un 47% de asertividad alta mientras que el 53% se ubica en el nivel de asertividad media y baja, demostrando el déficit de asertividad. Asimismo mencionó Chong (2015) en su investigación que la mayor cantidad es el 64% que se encuentra en el rango medio y bajo de la asertividad.

En la dimensión de hetero - asertividad se precisó, el 53% en nivel bajo, seguido por un 31% que presenta un nivel medio y un 16% se observa tener

un alto nivel. Para Lizárraga (2011) tiene en la dimensión de hetero - asertividad un 51% de nivel alto de asertividad, seguido con un 49% que se encuentra en el nivel medio y bajo de asertividad, demostrando la dificultad en esta dimensión sin embargo la mayor cantidad tiene un adecuado uso de la asertividad. Chong (2015) difiere a Lizárraga, debido a su estudio de investigación en el cual se demostró que el 62.3 % se encuentra en el rango de medio y bajo de asertividad, comprobando el problema de la falta de asertividad. Según lo observado en los presentes resultados en las dimensiones de auto asertividad y hetero - asertividad se demostró el déficit de asertividad en estudiantes por lo cual debe ser considerada para ser tratada en un programa de intervención.

4.4. Conclusiones

En el presente trabajo de investigación se estudió la variable asertividad en estudiantes del idioma inglés de la UNMSM, para lo cual se procedió a tomar una muestra probabilística de los cuales se reportó que el 76% tiene un nivel bajo de asertividad, el 11% un nivel medio, asimismo el 13% tiene un nivel alto. Con los resultados antes mencionados queda determinado que existe una tendencia al nivel bajo de asertividad en los estudiantes de esta casa de estudio.

Por otro lado, en la dimensión de auto - asertividad se identificó que el 74% presenta un nivel bajo, el 15% un nivel medio y el 11 % un nivel alto en la variable. Por tanto se infiere que los estudiantes presentan un déficit en el respeto que tiene por sí mismo al momento de manifestar sus deseos, intereses o pensamientos.

Asimismo en la dimensión de hetero - asertividad se observó que los estudiantes en el 53% mostraron un nivel bajo, como 31% que tienen un nivel medio y el 16% tiene un alto nivel. De esta forma, queda demostrado que la mayor parte de la muestra presenta cierta dificultad para el respeto por los demás en la interacción social.

4.5. Recomendaciones

Se recomienda implementar en los estudiantes de inglés del Centro de Idiomas de la UNMSM sede San Juan de Lurigancho, un programa de intervención para fomentar la asertividad en los estudiantes, se realizará bajo la coordinación del responsable del centro con los profesores para el desarrollo de las sesiones.

Desarrollar de manera particular la dimensión de auto - asertividad debido a que existe una tendencia al bajo nivel, lo que quiere decir que pueden tener cierta dificultad para el respeto hacia sí mismo. Esto se trabajará en la programación de las sesiones pertinentes en grupos reducidos.

Fortalecer la dimensión de la hetero - asertividad de manera grupal para mejorar el desarrollo de las interacciones sociales, en las cuales pueden tener dificultad la muestra. Ello se ejecutará con el uso de las técnicas asertivas, que lo emplearán en las sesiones establecidas y servirá para su futuro académico, profesional y familiar.

CAPÍTULO V.

Programa de Intervención

Introducción

Las técnicas de asertividad son herramientas que nos permite desarrollar conductas asertivas facilitándonos vivir en armonía con el entorno familiar, académico y profesional. Asimismo, posibilita saber comunicar nuestras necesidades y entender las de los demás.

El programa de intervención, “Vivir sin conflictos”, es un aporte a la sociedad debido a que establece medidas de soluciones a situaciones de problemáticas de nuestra población de discentes, por ello, este programa a través de las sesiones utilizará técnicas de asertividad para optimizar las interacciones de los 257 estudiantes del idioma inglés del Centro de Idioma de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos – sede San Juan de Lurigancho.

Para la intervención se utilizará técnicas del modelo cognitivo y modelo conductual, las cuales se encuentran distribuidas en el desarrollo de cada una de las sesiones. Para modificar ciertos patrones de comportamiento en los estudiantes y tengan un mejor equilibrio en sus habilidades sociales.

Para la aplicación del programa se coordinará con el responsable del Centro, y los docentes con un cronograma establecido. Con la finalidad de cumplir exitosamente con los objetivos planteados en el programa

5.1. Denominación del programa

“Aprendiendo a vivir sin conflictos”

Taller de técnicas para fomentar la asertividad en los alumnos del idioma inglés del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos- sede San Juan de Lurigancho.

5.2. Establecimiento de objetivos

5.2.1. Objetivo General

Fomentar la asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas de la UNMSM a través de sesiones para optimizar las interacciones con su entorno estudiantil.

5.2.2. Objetivo específico

Desarrollar la auto - asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas con técnicas de conducta asertiva.

Fortalecer la hetero - asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas con técnicas de conducta asertivas

5.3. Justificación del programa

Los estudiantes durante la etapa de aprendizaje se les presentan diferentes situaciones de presión del entorno, y no saben responder con asertividad, por ello, que en este programa se les enseñará a emplear técnicas asertivas para lograr equilibrar los niveles de asertividad hacia ellos mismos y su entorno. Así de esta manera se generará en ellos un cambio individual seguido del cambio con los demás, que les ayude a ser más competitivos en su desarrollo académico, personal y profesional.

5.4. Sector al que se dirige

Se encuentra dirigido a los 257 estudiantes del idioma inglés comprendidas en edades a partir de los dieciséis años, ambos sexos (varones y mujeres).

5.5. Metodología de la intervención

Se desarrollará en cinco grupos de 52 integrantes, con un periodo de duración de dos meses Se realizará en ocho sesiones, cada sesión durará cincuenta y cinco minutos, en los cuales se contará con la participación de los estudiantes del idioma inglés.

Sesión 1. “Conociendo mi asertividad”.

Sesión 2. “Conocer mis herramientas”.

Sesión 3. “Aprendiendo a reforzar mi asertividad”.

Sesión 4. “Estrategias para vivir en armonía”.

Sesión 5. “Importancia de la asertividad como estudiante”.

Sesión 6. “Tomando conciencia de las presiones de mi entorno”.

Sesión 7. “Vivir sin conflictos”

Sesión 8. “Reforzando mi asertividad y como la empleo? en mi entorno”.

5.6. Recursos

5.6.1. Recursos humanos

- Responsable del programa
- El psicólogo del centro
- Coordinador académico

5.6.2. Recursos materiales

- Plumones de pizarra
- Pizarra acrílica
- Hojas
- Cartulinas de colores
- Papelógrafos rayados
- Lápices o lapiceros
- Incentivos de motivación (caramelos o chocolates)

5.6.3. Recursos financieros

Estará autofinanciado por la responsable del programa.

Presupuesto

Materiales	Costos
Una laptop	1,400.00
Un proyector	500.00
Plumones de pizarra	24.00
Pizarra acrílica	12.00
Hojas	10.00
Cartulinas de colores	4.00
Papelógrafos rayados	4.00
Lápices o lapiceros	10.00
Incentivos de motivación (caramelos o chocolates)	15.00
Micrófono	20.00
Parlantes	25.00
Total	2,024.00

5.7. Cronograma

Febrero	Enero				Febrero			
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8
Sesión 1. Conociendo mi asertividad	X							
Sesión 2. Conocer mis herramientas		X						
Sesión 3. Aprendiendo a reforzar mi asertividad			X					
Sesión 4. Estrategias para vivir en armonía				X				
Sesión 5. Importancia de la asertividad como estudiante.					X			
Sesión 6. Tomando conciencia de la presiones de mi entorno.						X		
Sesión 7. “Vivir sin conflictos”							X	
Sesión 8. Reforzando mi asertividad y como la empleó en mi entorno								X

Sesiones

Sesion1: “Conociendo mi asertividad”

Objetivo específico: Lograr que los participantes conozcan: Qué es asertividad y cuál es su importancia

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida y presentación del programa	Conocer el programa	Se procederá a dar la bienvenida al taller a los estudiantes, Luego se les pedirá que tomen asiento y se les presentará el taller explicándole la cantidad de sesiones.	- Micrófono - Hojas - Lapiceros	5 minutos
Dinámica de presentación. “Cadenas de nombres”	Integrar a los estudiantes	Se formará cinco grupos de diez integrantes, organizándose en círculos, luego se les pedirá que uno de ellos diga al compañero de al lado cuál es su nombre y su animal favorito, luego el siguiente dirá cuál es el nombre del anterior participante y el nombre de su animal favorito, además deberá agregar cuál es su propio nombre y su animal favorito. Esto se realizará hasta cerrar el círculo. Luego el último participante se le pedirá recite el nombre de todos los integrantes, los cinco grupos deberán realizar lo mismo. Solo ganará el grupo que el último concursante diga todos los nombres de sus integrantes del círculo.	- Micrófono	10 minutos
Exposición del tema	Profundizar en los términos	Se les mostrará un video en donde se evidencia la asertividad https://www.youtube.com/watch?v=UdpndKFeWx0 , después se le explicará que es la asertividad, cuál es su importancia en nuestra vida profesional y académica.	- Proyector - Hojas - Lapiceros	20 minutos
Role playing	Presentación de casos	Al finalizar se les pedirá que representen situaciones de conflictos y los demás compañeros deberán indicar las diferencias al usar la asertividad.	- Hojas - Lapiceros	10 minutos
Salida	Evaluar el conocimiento impartido	Se les pedirá que cada uno explique en una frase que es la asertividad para ellos, y como lo aplicarán ahora.	- Hojas - Lapiceros	10 minutos

Sesión 2: “Conociendo mis herramientas”

Objetivo: Conocer técnicas de asertividad identificando sus derechos.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Saberes de la sesión anterior	Reconocer términos	Se procederá a recoger los saberes de la sesión anterior con preguntas ¿Qué es la asertividad? ¿Cómo sabemos que somos asertivos? ¿Cuál es la importancia de la asertividad?	<ul style="list-style-type: none">- Micrófono- Pizarra- Plumones	5 minutos
Entrenamiento en habilidades sociales	Identificar los derechos	Después se procederá a escribir en la pizarra las ideas principales de los derechos asertivos, después se les mostrará un video https://www.youtube.com/watch?v=Hqc1r13v_qA .	<ul style="list-style-type: none">- Plumones- Sillas- Micrófono	10 minutos
Reforzamiento continuo	Conocer la técnica disco rayado	Se les explicará que son las técnicas asertivas y cuáles son las relevancias de usarla. Se procederá a hacer énfasis en la técnica de disco rayado y banco de niebla. Disco rayado. Se le presentará el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=uxdPnH8QeBc . Se les explicará que es la técnica de disco rayado., Luego se les pedirá que hagan en grupos de diez integrantes, y se les pondrá un caso, aquel que tenga más argumentos y de forma perseverante logre convencer a los demás recibirá un premio.	<ul style="list-style-type: none">- Proyector- Hojas- Lapiceros	15 minutos
Trabajo con imaginiería	Analizar la técnica de banco de niebla	Banco de niebla. Se les presentará el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=4y7TvhrO1fw.. Se reforzará explicándoles que es la técnica del banco de niebla y se les pedirá que se organicen en grupos de diez personas. Por grupo escribirán cuales son los pensamientos negativos que tenemos al aceptar un error. Después se leerá y los grupos tendrán que fundamentar como evitar estos pensamientos y aceptar la equivocación.	<ul style="list-style-type: none">- Hojas- Lapiceros	15 minutos
Entrenamiento de habilidades	Consolidar la adquisición de las técnicas	Al finalizar se les preguntará cada grupo la técnica que representaron sus compañeros y cuáles fueron los derechos asertivos que usaron. Todos los grupos participaron saliendo a escena.	<ul style="list-style-type: none">- Hojas- Lapiceros	10 minutos

Sesión 3 “Aprendiendo a reforzar mi asertividad”

Objetivo: Establecer técnicas asertivas y los tipos de conducta

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Ventajas y desventajas	Identificar la conducta	Se les procederá a mostrar videos y se les pedirá que identifiquen si es una conducta pasiva, agresiva y asertiva. En el siguiente link: https://www.youtube.com/watch?v=0nLyn2HPLic asertividad y sus tipos de conducta.	- Plumones - Micrófono	5 minutos
Role playing	Analizar y comprender cada característica.	Se desarrollará las características de cada tipo de conducta acompañado de ejemplos que faciliten el aprendizaje, después se procederá a dividir a los participantes en tres grupos, escogerán al azar un papelito cada grupo, en el que se indicará cuál de las conductas asertivas, agresivas o pasivas que representen. Se pedirá que el grupo salga al frente y realice las conductas del personaje que les tocó. Luego los grupos que se encuentran sentados y observando deberán anotar las características que observaron en el grupo que salió al frente. Solo ganara el equipo que anota mayor cantidad de características.	- Proyector - Hojas - Lapiceros	10 minutos
Entrenamiento en habilidades sociales	Conocer la técnica aplazamiento	Se les explicará las técnicas de aplazamiento y aceptación negativa. Aplazamiento. Se le presentará el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=jEe6qYs-oAU . Se les explicará que es la técnica de aplazamiento.	- Hojas - Lapiceros	15 minutos
Role playing	Conocer la técnica de aceptación negativa	Aceptación negativa. Se les presentará el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=6LcZ8-P5Y3w . Se reforzará explicándoles la aceptación negativa. Luego se organizarán de media luna y se les entregará papelitos solo diez estarán enumerados y ellos deberán salir al frente y hacer la representación de técnica de aceptación negativa	- Hojas - Lapiceros	15 minutos
Auto observación	Reflexionar sobre cada tipo de características	Para concluir se les pedirá que cada uno mencione lo más importante de identificar las características de los tipos de conducta. Y cuál de las técnicas les pareció más interesante	- Hojas - Lapiceros	10 minutos

Sesión 4. “Estrategias para vivir en armonía”

Objetivo: Conocer y aplicar las técnicas de aceptación positiva e interrogación

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Lluvia de ideas	Cooperar todos los estudiantes con sus ideas	Con la participación de todos en lluvias de ideas se formará un concepto de aceptación positiva.	<ul style="list-style-type: none">- Plumones- Micrófono	7 minutos
Lluvias de ideas	Consolidar ideas	a través de la lluvias de ideas expresarán lo que entiende por interrogación	<ul style="list-style-type: none">- Plumones- Micrófono	8 minutos
Reestructuración cognitiva	valorar la aceptación positiva	Se les explicará la definición de la aceptación positiva y se les mostrará el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=z5ZNavMX1Hc Luego se organizarán en parejas y se pedirá hagan un listado de todas las cualidades y fortalezas de esa persona, Después deberán decirlo cara a cara.	<ul style="list-style-type: none">- Proyector- Hojas- Lapiceros	15 minutos
Ventajas y desventajas	Conocer la técnica de interrogación	Se les explicará la técnica de interrogación. Se organizarán en media luna y se les entregará papelitos en donde solo dos tendrán el mismo número. Uno de ellos deberá decir la ventaja de la técnica otro las desventajas de la técnica, solo ganará el que fundamente mejor.	<ul style="list-style-type: none">- Hojas- Lapiceros	15 minuto
Dominio y agrado	Aplicar conocimientos	Se les formulará un caso con características y deberán decir cuál es la técnica que les representa.	<ul style="list-style-type: none">- Hojas- Lapiceros	10 minutos

Sesión 5. “Importancia de la asertividad como estudiante”.

Objetivo: Analizar algunas consideraciones de la asertividad

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Auto afirmaciones	Auto conocer su potencial.	Se les pedirá que mencionen dos fortalezas que consideren brinda la asertividad. Y porqué son importantes para ellos.	- Plumones - Micrófono	7 minutos
Auto observación y monitoreo	Reconocer sus debilidades	Después se les pedirá escriban cuales eran sus debilidades cuando se les presentaba situaciones de conflicto	- Hojas - Lapiceros	8 minutos
Modelado	Reconocer la importancia de la asertividad	A continuación se les explicará sobre las fortalezas que nos otorga la asertividad, primero enfocado hacia uno mismo y luego enfocado a hacia nuestro entorno. 1.- La asertividad fortalece el amor propio y la dignidad, 2.- La asertividad permite un mejor equilibrio y nos hace más seguros.	- Hojas - Lapiceros	15 minutos
Exposición del tema	Valorarse asimismo	Continuar explicando la relevancia de la asertividad a través de las fases siguientes:3.-La asertividad facilita la libertad emocional y el autoconocimiento, 4.- La asertividad ayuda a resolver conflictos y mejorar la comunicación. Esto se realizará con el respaldo de casos hipotéticos, para que ellos mismos analicen la relevancia en sus vidas.	- Hojas - Lapiceros	15 minutos
Registro de pensamientos	Examinar el uso de este nuevo conocimiento.	Al finalizar deberán mencionar dos ideas de cada tipo de la relevancia de la asertividad en su vida diaria.	- Hojas - Lapiceros	10 minutos

Sesión 6 “Tomando conciencia de las presiones de mi entorno”.

Objetivo: Saber identificar las presiones que se presenta en nuestro entorno.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Exposición de casos	Participar de manera individual	Se les pedirá mencionen como ellos han respondido cuando se han sentido presionados por su grupo	- Plumones - Micrófono	5 minutos
Participación Grupal	Participar de manera grupal	En grupos de diez personas se les pedirá escoger un representante para que escriba tres situaciones que les haya generado conflictos en la pizarra.	- Plumones - Pizarra	10 minutos
Role playing	Analizar conflictos	Se le mencionará algunos ejemplos de la vida cotidiana que ejercen presión sobre nosotros, y con la participación se les solicitará tentativas de solución, posteriormente se agruparán en parejas se les entregará una hojita donde les indique el caso que representaran, uno de los integrantes será el presionado por la situación y otro será el que ejerza la presión.	- Proyector - Hojas - Lapiceros	20 minutos
Búsqueda de soluciones	Solucionar conflictos	Después de manera individual cada uno indicará la estrategia más adecuada para solucionar su caso y deberá fundamentarlo.	- Hojas - Lapiceros	10 minutos
Salida	Retroalimentar al grupo	Al finalizar expresarán su sentir con respecto a la situación representada.	- Hojas - Lapiceros	10 minutos

Sesión 7. “Vivir sin conflictos”

Objetivo: Fortalecer mi asertividad como estudiante

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Lluvias de ideas	Unificar ideas	Se les pedirá la participación de todos con lluvias de ideas de lo que entiende por “respuestas asertivas”	- Plumones - Micrófono	5 minutos
Exposición de casos	Reconocer una respuesta asertiva	De las ideas brindadas identificar cual sería una verdadera respuesta asertiva	- Plumones	10 minutos
Exposición de tema	Aplicar los conocimientos	Se les explicará la definición de respuesta asertiva, para luego informarles los tipos de respuestas asertivas. Posteriormente se les solicitará a los participantes escriban en un papel una situación que les haya generado conflicto. Esto será depositado en una caja.	- Proyector - Hojas - Lapiceros	20 minutos
Presentación de casos	Analizar situaciones	Luego al azar se sacará uno de los papeles, el cual se procederá a leer y con ayuda de los estudiantes se analizará el tipo de respuesta asertiva nos pudo haber ayudado en ese momento.	- Hojas - Lapiceros	10 minutos
Salida	Aplicar conocimientos	Se les presentará cuatro preguntas de las respuestas asertivas y ellos deberán definir con sus propias palabras y poner un ejemplo vivido	- Hojas - Lapiceros	10 minutos

Sesión 8 “Reforzando mi asertividad y como la empleo? en mi entorno”.

Objetivo: Reforzar la auto - asertividad y la hetero – asertividad.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Palabras de concientización	Reflexionar sobre sus acciones	Se les brindará algunas frases que les motive a practicar las herramientas de la asertividad	- Micrófono	5 minutos
Recoger conocimientos de sesiones anteriores	Comprender las diferencias entre las dimensiones	Se les interrogará de qué entienden por asertividad, auto – asertividad y hetero - asertividad.	- Plumones - Micrófono	10 minutos
Exposición de tema	Reforzar los conocimientos previos	Se les explicará que la asertividad influye en todo lo que realizamos a diario y que ello es reflejo de nosotros mismos, se definirá la auto – asertividad y la hetero – asertividad, además se respaldará esta información con ejemplos.	- Proyector - Hojas - Lapiceros	15 minutos
Role playing	Consolidar la información	Se organizaran en dos grupos y realizarán un caso de auto asertividad y el otro grupo deberá escribir las características de las representaciones de sus compañeros	- Plumones - Lapiceros - Hojas	15 minutos
Reforzamiento social	Construir sus propios conceptos.	Al finalizar el taller se les pedirá que mencionen en grupo que es la asertividad para ellos y qué cambios han logrado aplicando las técnicas asertivas.	- Hojas - Lapiceros	10 minutos

REFERENCIAS

- Anticona, S. (2014), Asertividad en estudiantes de psicología según el factor de nivel de formación académica (ingresantes, media carrera, egresantes) de una Universidad Privada de Trujillo. (Tesis). Recuperado de <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/1784>
- Ayvar, H.G.(2016), La autoestima y la asertividad en adolescentes de educación secundaria de un colegio estatal y particular de un sector del distrito de Santa Anita. Av.psicol. 24(2).194-195. Recuperado de http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2016_2/193.pdf
- Bermudez, K.Z. y Ccancce, P.K.(2016) *Rasgos de personalidad y asertividad en los estudiantes del 1er y 2do año de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima-este, 2015* (Tesis). Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/120/Katterin_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Brites, G.(2012). *Saber decir, saber callar fundamentos de la asertividad*. Buenos Aires, Argentina: Bonum.
- Campos, G. (2015), Programa de tutoría para mejorar el nivel de asertividad en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de Fátima, Talara 2015. (Tesis). Recuperado de http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1321/1/SICCHA_GLORIA_MEJORAR_NIVEL_ASERTIVIDAD.pdf
- Castanyer, O.(32va, ed.)(2010) *La asertividad: expresión de una sana autoestima*. Recuperado de [http://assets.espapdf.com/b/Olga%20Castanyer%20Mayer-Spiess/La%20asertividad_%20expresion%20de%20una%20sa%20\(2165\)/La%20asertividad_%20expresion%20de%20un%20-%20Olga%20Castanyer%20Mayer-Spiess.pdf](http://assets.espapdf.com/b/Olga%20Castanyer%20Mayer-Spiess/La%20asertividad_%20expresion%20de%20una%20sa%20(2165)/La%20asertividad_%20expresion%20de%20un%20-%20Olga%20Castanyer%20Mayer-Spiess.pdf)
- Chong, M.O.(2015). *Clima Social Familiar y Asertividad en alumnos secundarios del distrito de la Esperanza, Trujillo*. (Tesis). Recuperado de

http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1767/1/RE_PSICOLOGIA_CLIMA.SOCIAL.FAMILIAR_AUTOASERTIVIDAD_HETEROASERTIVIDAD_TESIS.pdf

Gaeta, L. y Galvanovskis, A. (2009), Asertividad: un análisis Teórico-Empírico. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*. 14(2) 404-411. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29211992013.pdf>

García, M.E. y Magaz, A. (2011). ADCAS Auto informes de actitudes y valores en las interacciones sociales. Grupo Albor – COHS. Recuperado de <http://www.gac.com.es/editorial/INFO/Manuales/adcaMANU.pdf>

García, M.E. y Magaz, A. (2003) Escala de evaluación de asertividad ADCA-1. Equipo Albor de psicología, V(01), 11-19.

González, D.M. (2015). *Relación de la conducta asertiva con autoestima en estudiantes adolescentes de la institución educativa particular adventista Amazonas, Iquitos, 2014*. (Tesis de maestría). Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/156/Dany_Tesis_maestria_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gutiérrez, M. y Exposito, J. (2015). Autoconcepto, dificultades interpersonales, habilidades sociales y conductas asertivas en adolescentes. Universidad de Granada. Departamento MIDE, 26(2), 44-55.

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ta, ed.). Lima, Perú: El comercio S.A.

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta, ed.). México: Mc GRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Lizárraga, C.V. (2011) *Nivel de asertividad en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2010*. (Tesis) Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1330/1/Lizarraga_cc.pdf

- Samanez, A.R. y Alva, S.L.(2016) *Bienestar psicológico y asertividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima este*, 2016(tesis). Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/121/Andrea_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Matos, M.B.(2014). Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Chimbote.(Tesis). Recuperado de http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1790/1/RE_PSICOLOGIA_ASERTIVIDAD_ADAPTACION.CONDUCTA_ADOLESCENCIA_TESIS.pdf
- Mathews, R.C. (2017) *Asertividad y valores interpersonales en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa nacional del distrito de Tambo Grande – Piura*. (Tesis) Recuperado de http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/2705/1/RE_RAYZA.MATHEWS_ASERTIVIDAD.Y.VALORES_DATOS.PDF
- Ministerio de educación.(2013). *Aprendiendo a resolver conflictos en las instituciones educativas*. Recuperado de <http://www.minedu.gob.pe/minedu/archivos/a/002/02-bibliografia-comun-a-ebr-eba-y-etp/7-aprendiendo-a-resolver-conflictos-en-las-instituciones-educativas.pdf>
- Roca, E (2014).*Asertividad*. Valencia. España. Editorial: Colegio Oficial de Psicólogos Recuperado de: <https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades%20sociales-Dale%20una%20mirada.pdf>
- Reolid, V. (2014-2015). Propuesta de un programa de intervención para la mejora de las habilidades sociales en adolescentes (Trabajo final de maestría, Universidad Jaume I). Recuperado de http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/142985/TFM_2014_reolidV.pdf?sequence=1
- Riso, W.(Ed.).(2011) *Cuestión de dignidad aprender a decir NO y ganar*

autoestima siendo asertivo. Bogotá, Colombia: Géminis Ltda.

Riso, W.(2013).Para no dejarse manipular y ser asertivo. Recuperado <http://www.sociedadytecnologia.org/file/download/224400>.

Rodriguez,C y Garibay,J.R.(Abril del 2014) *Medición de la asertividad en estudiantes de administración de la FESC-UNAMK(2)* (Rodriguez,C y Garibay,J). XVII Congreso Internacional sobre innovaciones en docencia e Investigación de Ciencias Económico Administrativas – UNAM, Cautitlán, México. Recuperado de http://fca.uach.mx/apcam/xvi_congreso/2015/02/21/P3_FESC_UNAM.pdf

Rodriguez, V. y Romero, D.M.(2011) *la asertividad como factor asociado a las habilidades cognitivas de solución de problemas interpersonales en estudiantes de 12 años*.(Tesis). Recuperado de: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/1431/RodriguezEspinosaVanessa2011.pdf;jsessionid=26A3640EA927DC9537193129D818B9A8?sequence=1>

Sosa,M.A. (2011) *Influencia de la asertividad en el estilo comunicacional de los miembros de parejas de entre uno y cinco años de convivencia en la ciudad de Rosario*. (Tesis, Universidad Abierta Interamericana).Recuperado de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC111883.pdf>

Tafur, R.(1995). La tesis universitaria. Lima, Perú: Mantaro.

Tuston, M.J.(2016) *La comunicación familiar y la asertividad de los adolescentes de noveno y décimo año de educación básica en el instituto tecnológico agropecuario Benjamín Araujo del Cantón Patate* (tesis, Universidad Técnica de Ambato). Universidad Técnica de Ambato. Recuperado de <http://redi.uta.edu.ec/bitstream/123456789/20698/2/COMUNICACION%20FAMILIAR%20Y%20ASERTIVIDAD%20-%20copia.pdf>

Trianes, M.V. y Fernández, C. (2 a, Ed.) (2009). *Aprender a ser personas y a*

convivi: un programa para secundaria. España: Editorial Desclee de Brouwer

Valadez, A.(2002). Aplicación de técnicas cognitivo conductuales en un caso de problemas familiares: restructuración cognitiva, asertividad y manejo de contingencias. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. Recuperado de <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>

Vargas, L y Vidal, M.(2016) *Relación entre el clima escolar y la asertividad en los alumnos del sexto grado de educación primaria de la I.E.P William Harvey College y el C.E.E Rafael Narváez Cadenillas*(tesis) Universidad Nacional de Trujillo. Recuperado de <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/5586/VARGAS%20EUSTAQUIO-VIDAL%20POLO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Anexos

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

“Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos -sede San Juan de Lurigancho.”

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	DEFINICIÓN DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	METODOLOGÍA
Problema general	Objetivo general	<p>García y Magaz (2003)</p> <p>Refiere a la asertividad como la clase de interacciones sociales cuya peculiaridad es dar respeto por igual a las cualidades y características personales de uno mismo y de todas las personas con que se realiza la interacción</p>	<p>Dimensión 1: Auto asertividad</p> <p>Indicadores:</p> <ul style="list-style-type: none"> – inseguridad – control de impulsos – tolerancia a la frustración – inhibir <p>Dimensión 2 Hetero asertividad</p> <p>Indicadores:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Responsabilidad – Control de impulsos – Solidaridad 	<p>Tipo: Descriptivos y el enfoque cuantitativo.</p> <p>Diseño: No experimental de corte transversal</p> <p>Población:: Aproximadamente 789 .Estudiantes del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos</p> <p>Muestra: 257 Estudiantes del Centro de Idiomas Inglés de la universidad Nacional Mayor de San Marcos</p> <p>Instrumento: Auto informe de conducta asertiva- Escala de evaluación de la asertividad ADCA-1</p> <p>Calificación: Escala tipo Likert con 4 opciones de respuesta</p> <p>Aplicación: Adaptada de 16 años en adelante</p> <p>Duración 20 minutos aprox</p> <p>Adaptado al Perú por Lizárraga Calderón Cynthia Victoria</p>
¿Cuál es el nivel de asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos – sede San Juan de Lurigancho?	Determinar el nivel de asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas-inglés de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos – sede San Juan de Lurigancho.			
Problemas específicos	Objetivos específicos			
¿Cuál es el nivel auto - asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas- inglés de la Universidad Nacional de Mayor de San Marcos - sede San Juan de Lurigancho.	- Identificar el nivel auto - asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas- inglés de la Universidad Nacional de Mayor de San Marcos - sede San Juan de Lurigancho.			
¿Cuál es el nivel hetero asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas- inglés de la Universidad Nacional de Mayor de San Marcos - sede San Juan de Lurigancho?	- Precisar el nivel hetero.- asertividad en los estudiantes del Centro de Idiomas- inglés de la Universidad Nacional de Mayor de San Marcos - sede San Juan de Lurigancho.			

ANEXO 2



Universidad
Inca Garcilaso de la Vega

Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 26 de setiembre del 2017

Carta N° 2723-2017-DFPTS

Señor
DESIDERIO EVANGELISTA HUAURI
COORDINADOR
CENTRO DE IDIOMAS
UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
SEDE SAN JUAN DE LURIGANCHO
Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **Fiorella Mariel MOLLINADO FLORES**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 45-224958-0, quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente carta y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,



Dr. RAMIRO GÓMEZ SALAS
Decano (e)
Facultad de Psicología y Trabajo Social

RGS/crh
Id. 744381



Av. Petit Thouars 248, Lima
Teléfonos: 433 1615 / 433 2795 Anexo: 3304
E-mail: psic-soc@uigv.edu.pe

ANEXO 3

Escala de Evaluación de Asertividad (ADCA-1)

I. Instrucciones:

A continuación, se describe algunas afirmaciones o frases acerca de cómo sienten, piensan, o actúan las personas. Por favor lea con atención cada una de las frases o afirmaciones y luego marque con un aspa (X) solo una casilla de la columna que usted crea que expresa mejor su manera de proceder en cada situación.

Leyenda
CN = Nunca o casi nunca
AV = A veces
AM = A menudo, con cierta frecuencia
CS = Siempre o casi siempre

Nº	AFIRMACIONES	CN	AV	AM	CS
1	Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nervioso/a tener que exponer mi propia opinión				
2	Cuando estoy enfadado, me molesta que los demás se den cuenta				
3	Cuando hago algo que creo que no gusta a otros, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mí				
4	Me disgusta que los demás me vean, cuando estoy nervioso/a				
5	Cuando me equivoco , me cuesta reconocerlo ante los demás				
6	Si se me olvida algo, me enfado conmigo mismo/a				
7	Me enfado, si no consigo hacer las cosas perfectamente				
8	Me siento mal cuando tengo que cambiar de opinión				
9	Me pongo nervioso/a o tenso/a cuando quiero hacer un elogio a alguien				
	AFIRMACIONES	CN	AV	AM	CS
10	Cuando me preguntan algo que ignoro, procuro justificarme por no saberlo				
11	Cuando estoy triste, me disgusta que los demás se den cuenta				
12	Me siento mal conmigo mismo/a, si no entiendo algo que me están explicando				
13	Me cuesta trabajo aceptar las críticas que me hacen, aunque comprenda que son justas				
14	Cuando, me critican sin razón me enfada o me pongo nervioso/a tener que defenderme				
15	Cuando creo haber, cometido un error busco excusas que me justifiquen				
16	Cuando compruebo que , no sé algo me siento mal conmigo mismo/a				
17	Me cuesta hacer preguntas				
18	Me cuesta pedir favores				
19	Me cuesta, decir que NO cuando me piden que haga algo que yo no quiero hacer				
20	Cuando, me hacen algún elogio me pongo nervioso/a y no sé qué hacer o decir				
21	Me molesta que, no me entiendan cuando				

	explico algo				
22	Me irrita mucho que me lleven la contraria				
23	Me molesta que los demás no comprendan mis razones o mis sentimientos				
24	Me enfado, cuando veo que alguien cambia de opinión con el paso del tiempo				
25	Me molesta que, me pidan ciertas cosas aunque lo hagan de buenas maneras				
26	Me molesta que me hagan preguntas				
27	Me desagrada comprobar que las personas no se esfuerzan en hacer las cosas de la mejor manera posible				
28	Me enfado, cuando compruebo la ignorancia de algunas personas				
29	Me siento o me sentiría mal, si compruebo que una persona que aprecio toma una decisión que yo considero equivocada				
30	Me enfado, si veo a alguien comportándose de un modo que no me gusta				
31	Me disgusta que me critiquen				
32	Siento malestar hacia la persona que me niega algo razonable, que le pido de buenas maneras				
33	Me altera, ver a personas que no controlan sus sentimientos: lloran, gritan, se muestran excesivamente contentas,...				
34	Me desagrada que no se dé a las cosas la importancia que tienen				
35	Me molesta que alguien no acepte una crítica justa				

CN = Nunca o casi nunca

AV = A veces

AM = A menudo, con cierta frecuencia

CS = Siempre o casi siempre

¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!

García, E.M y Magaz, A.(Adaptado por Lizarraga, C.V, 2011)

Anexo 4

Confiabilidad y Validez

Confiabilidad

Escala: TODAS LAS VARIABLES

Resumen del procesamiento de los casos

	N	%
Válidos	257	100,0
Casos Excluidos ^a	0	,0
Total	257	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,802	35

Análisis de fiabilidad

[Conjunto_de_datos1] C:\Users\Fiorella\Desktop\SPSS TESIS\DATA.sav

Escala: Auto-asertividad

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,669	20

Análisis de fiabilidad

[Conjunto_de_datos1] C:\Users\Fiorella\Desktop\SPSS TESIS\DATA.sav

Escala: Hetero-asertividad

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,724	15

Validez

A. factorial

[Conjunto_de_datos1] C:\Users\Fiorella\Desktop\SPSS TESIS\DATA.sav

KMO y prueba de Bartlett

Medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin.		,727
Prueba de esfericidad de Bartlett	Chi-cuadrado	3897,41
	aproximado	8
	gl	595
Sig.		,000

Anexo 5

Ficha Socio demográfica

Idioma : inglés	<ul style="list-style-type: none">– Básico– Intermedio– Avanzado
Población	Sede San Juan de Lurigancho
Género	Masculino y femenino
Edades	Adolescentes y jóvenes

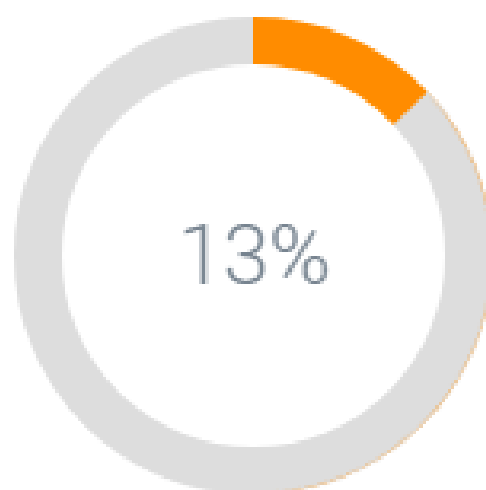
Anexo 6

Evidencias





hace 20 minutos



Similitud

1%

Parafrasea

0%

Citas incorrecta

59

Coincidencias



RIESGO DE PLAGIO ALTO



Ver reporte detallado